24.008 Šalát kalerábový s jablkami
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
kaleráb	4,00	3,20	7,00	5,60	7,00	5,60	9,00	7,20
jablká	2,00	1,30	3,00	1,95	3,00	1,95	3,00	1,95
citróny	0,30	0,12	0,40	0,16	0,40	0,16	0,50	0,20
cukor kryštálový	0,10	0,10	0,20	0,20	0,20	0,20	0,30	0,30
olej olivový	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10
soľ	0,01	0,01	0,02	0,02	0,02	0,02	0,03	0,03
voda	1,00	1,00	1,50	1,50	1,50	1,50	2,00	2,00
hmotnosť porcie v g	50		80		80		100	

Receptúra

Výrobný postup

Kaleráb umyjeme, očistíme a postrúhame. Jablká umyjeme, očistíme, postrúhame, zmiešame s kalerábom pridáme soľ, cukor a citrónovú šťavu. Pokvapkáme olejom a premiešame.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	Vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	142	34	0,67	1,1	0,6	4,5	1,3	23,1	0,7	0,01	0,0	0,0	20,2	0,0
B	214	51	1,16	1,2	0,6	7,6	2,2	40,0	1,1	0,07	0,0	0,0	34,8	0,0
C	214	51	1,16	1,2	0,6	7,6	2,2	40,0	1,1	0,07	0,0	0,0	34,8	0,0
D	257	62	1,48	1,2	0,6	9,5	2,6	51,1	1,4	0,03	0,0	0,1	44,2	0,0